

Секция «28.12 Психологическое сопровождение населения в период проведения СВО»

“Психологическое сопровождение личности в ситуации утраты”

Научный руководитель – Хозиев Вадим Борисович

Шарипова Олеся Эдуардовна

Студент (специалист)

Государственный университет «Дубна», Факультет естественных и инженерных наук,
Дубна, Россия

E-mail: sharipova.olesya.03@gmail.com

Горе является одной из наиболее актуальных проблем практической психологии, что особенно ярко проявилось в период пандемии COVID-19 и военных конфликтов, которые привели к резкому увеличению числа людей, нуждающихся в психологической помощи.

Настоящая работа направлена на исследование горевания посредством консультативного метода. На наш взгляд, данный метод является наиболее подходящим методом исследования, способным раскрыть закономерности и принципы течения горевания, создать основу для глубокого и всестороннего анализа влияния моментов социальной ситуации развития на течение горя.

Долгое время горе не рассматривалось как самостоятельный психологический феномен. Ситуация начала меняться с работы Зигмунда Фрейда «Печаль и меланхолия», где он впервые ввел ключевое понятие «работы горя», целью которого является разрыв эмоциональных связей с умершим. Значительный вклад внес Эрнст Линдемманн, который описал «клинику острого горя» и патологические реакции горя. Дальнейшее развитие теории получила в работах Джона Боулби и его теории привязанности. Наиболее известной моделью стала стадийная модель Элизабет Кюблер-Росс, где горе рассматривалось как последовательный универсальный процесс. В свою очередь, Ф. Е. Василюк предложил парадигму "памятования", где главная задача горя - устройство образа умершего в ценностно-смысловом пространстве бытия человека для сохранения его образа в памяти. Однако важно подчеркнуть: современная психология отошла от жесткой стадийности, предлагая понимание об "индивидуальном стиле горевания" (Т. Мартин и К. Дока).

Мы рассматриваем горевание как процесс ориентировки в чрезвычайно значимых для человека личностных обстоятельствах, процесс ориентировки в вызванной утратой кризисной ситуации. И предполагаем, что течение этого процесса опосредствованно эмоциональным репертуаром человека, социальной ситуацией развития и возрастными особенностями горюющего, а также социокультурным контекстом (включая поминальные традиции).

Тактика психологического консультирования подопечных в ситуации утраты заключается в создании условий для рефлексии подопечными собственного опыта, развития способности к децентрации, расширения ориентировки в обстоятельствах жизни и мотивах поступков умершего человека, переосмысления отношений с близким. Это способствует предотвращению фиксации на негативных обстоятельствах смерти и устройению образа умершего в ценностно-смысловом пространстве бытия человека. Принципиальным в работе является учёт индивидуальной траектории развития личности, включая ключевые моменты социальной ситуации развития, ведущую деятельность, зоны актуального и ближайшего развития человека, а также предыдущий опыт утрат, обстоятельства смерти близкого и особенности переживания горя как самими подопечными, так и их ближайшим окружением.

Необходимо подчеркнуть, что человек в период горевания не всегда нуждается в психологическом сопровождении. Личность способна самостоятельно найти средства для нор-

мативного преодоления переживаний, связанных с утратой. Однако обстоятельства и моменты личностного кризиса или кризиса ССР, возникающие в результате утраты, могут действительно потребовать помощи специалиста в решении ряда вопросов. Построение ориентировки в обстоятельствах утраты, в возможных последствиях, в обрядах поминовения, совместная подготовка членов семьи к обрядам захоронения, разрешение конфликтных ситуаций на момент смерти близкого являются одними из условий для протекания нормативного процесса горевания.

Источники и литература

- 1) Васильева, Е.В. Соприкасаясь с болью утраты / Е.В. Васильева, В. Ю. Боровинская – Барнаул: Краевой кризисный центр для мужчин, 2023. – 50 с.
- 2) Василюк, Ф. Е. Пережить горе / Ф. Е. Василюк // О человеческом в человеке / под ред. И. Т. Фролова . – URL: <https://psychlib.ru/inc/absid.php?absid=158548..> – М : Политиздат, 1991. – С. 230–247.
- 3) Ворден, В. Консультирование и терапия горя. Пособие для специалистов в области психического здоровья / В. Ворден — 5-е изд.. — Москва : Центр психологического консультирования и психотерапии , 2020 — 329 с.
- 4) Кюблер-Росс, Э. О смерти и умирании / Э. Кюблер-Росс. – Москва : София, 2001. – 110 с.
- 5) Лебедева, Е.В. Диагностический инструментарий о горе и потере: исследование существующих методик и потребности в развитии новых подходов / Е.В Лебедева, Л.Б. Морозова // Социальная психология : электронный журнал. — 2024. — № 2. — С. 45-58. – URL: <https://s.esrae.ru/psykaf417/pdf/2024/2/487.pdf> (дата обращения: 20.05.2025).
- 6) Линдемманн Э. Клиника острого горя / Э. Линдемманн // Psychology OnLine.Net — URL: <https://www.psychology-online.net/articles/doc-1800.html> (дата обращения: 21.05.2025).
- 7) Фрейд З. Скорбь и меланхолия (1917) [Электронный ресурс] // FreudProject.Ru : [сайт]. - URL: <https://freudproject.ru/?p=796> (дата обращения: 20.05.2025).
- 8) Хозиев В.Б. К вопросу о месте консультативного метода исследования в грядущей парадигме психологии // Методология и история психологии. - 2007. - №1. - С. 190–206.
- 9) Шефов, С. А. Психология горя / С. А. Шефов. – Санкт-Петербург : Речь, 2006. – 144 с. – ISBN 5-9268-0524-4.